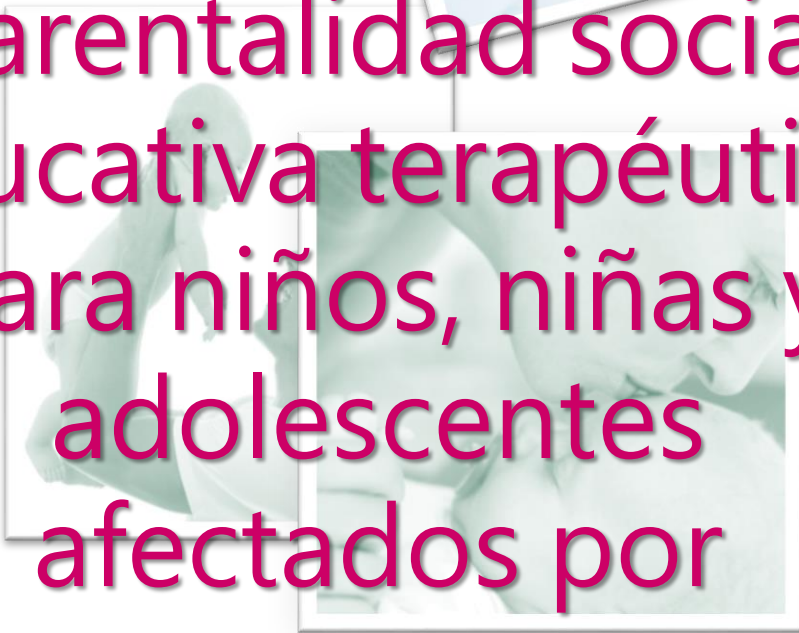


La aplicación del
 concepto de
 mentalización en la
 parentalidad social
 educativa terapéutica
 para niños, niñas y
 adolescentes
 afectados por
 traumas.



M.Dantagnan

Mentalización

La capacidad imaginativa para interpretar el sentido de la conducta de otros considerando sus estados mentales y sus intenciones, así como comprender el impacto de nuestros afectos y conductas en los otros (Fonagy et al. 1996, 2002).

La capacidad de comprendernos y comprender a otros, basándonos en los que nos pasa por dentro.

¡ Pero qué es lo que le pasa ahora!!

Componentes interpersonales

Y ahora cómo lo hago

Componentes auto reflexivos



La mentalización

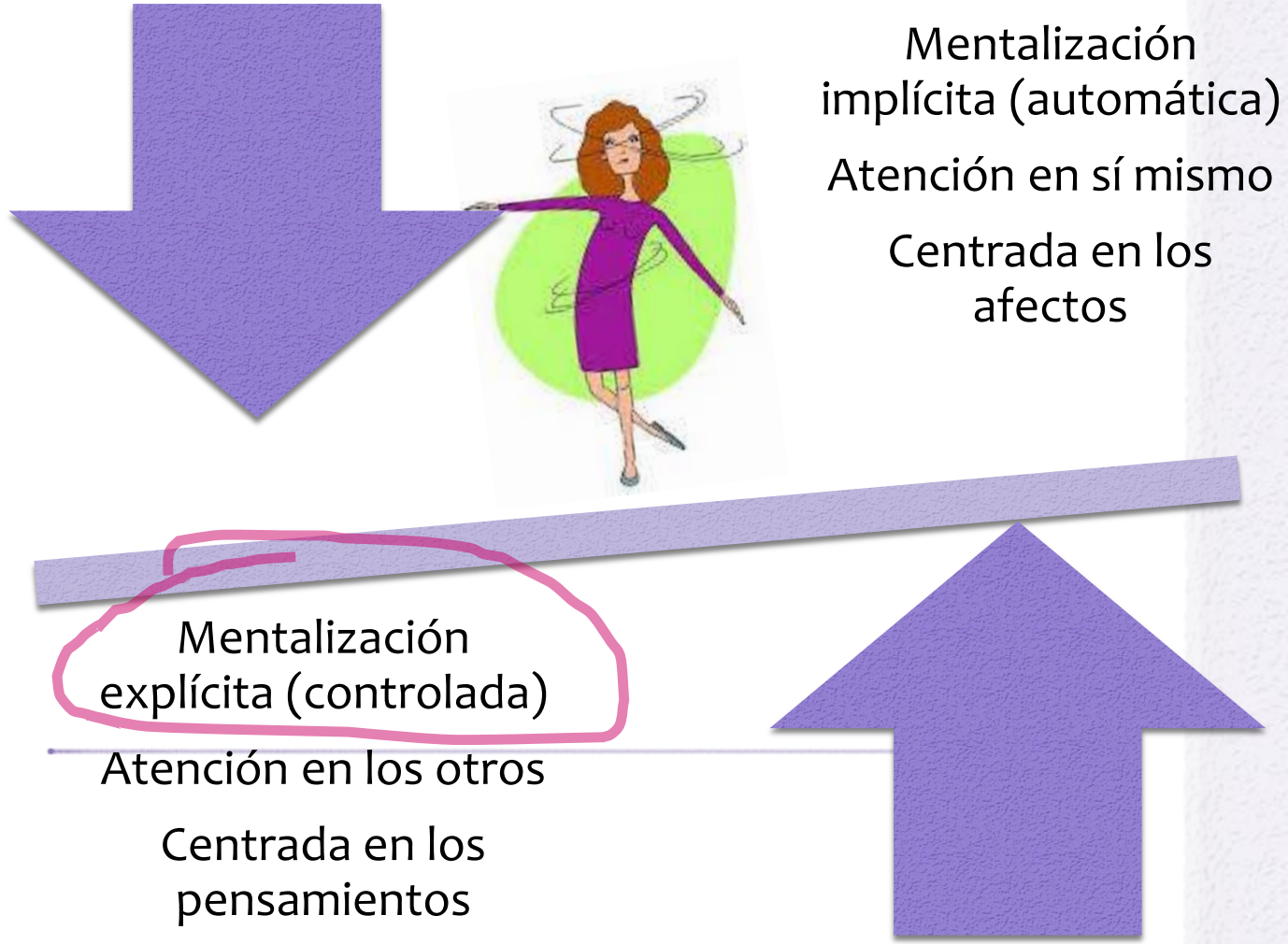
“...incluye pensar acerca de los sentimientos y sentir acerca de los pensamientos” (M.Target citado por D.Wallin, 2006)

“La mente en el corazón”

“El corazón en la mente”



Polaridades de la Mentalización



Mentalización como concepto



paraquas



El impacto educativo-terapéutico del cuidador.

- El ejercicio de ofrecer por parte de un adulto un contexto de buenos tratos, nutritivo y estructurante, correctivo y reparador que contrarreste el impacto de los traumas tempranos y complejos, previos al acogimiento o adopción es tanto un deber como un enorme desafío. Ya sea en un contexto familiar o residencial.
- Para que estos cuidados sean terapéuticos los adultos necesitan contar con habilidades y capacidades p/marentales, especialmente, la capacidad mentalizadora.

COMPETENCIAS
PARENTALES
MARENTALES

Habilidades

Capacidades

Modelos de
crianza

Participación en
redes

Apego

Empatía

Mentalización

Un viaje al origen de la mentalización



Mentalizar depende de poder haber sido mentalizado por la madre (Winnicott, 1973; Fonagy 2002).

Su origen está en el seno de las relaciones tempranas con las figuras de apego (padres o cuidadores)

Apego y mentalización

Experiencia
activación
fisiológica y
visceral
amenazante

Experiencias de apego
seguro, de haberse
"sentido sentida",
mentalizada.

"Eso es lo
que yo
siento"

Self como auto regulador
Capaz de experimentar cierto
control sobre el ambiente
Interés por descubrir los estados
mentales de su cuidador

El apego traumatizado y la mentalización

Dos modos de hacer frente a la desregulación del niño:

Cuidador/a desregulado

Su expresión denota su propia emoción



¿Es eso lo que yo siento?

Afectos confusos y difíciles de regular

Cuidador/a incongruente

Su expresión no está suficiente marcada



Dejar de sentir o falsear lo sentido

El apego traumatizado y la mentalización



Dos modos de hacer frente a la desregulación:

Cuidador/a desregulada



Cuidador/a incongruente



- Estados mentales confusos (yo-tú)
- Dificultad de experimentar cierto control sobre el ambiente. No hay sentido de agencia
- Poco o ningún interés por descubrir los estados mentales en sí mismo y de su cuidador o todo lo contrario.

Cuando este bebé crezca tendrá una capacidad limitada para mentalizar

- ❑ No sabrá y no podrá identificar lo que siente o lo que al otro le pasa.
- ❑ Tendrá dificultades para auto-regularse
- ❑ Le será difícil verse desde fuera (“tan enfadado estoy”)
- ❑ También le será difícil ver las cosas desde otra perspectiva
- ❑ No podrá conversar con sus cuidadores acerca de lo que siente o de lo que ha vivido la tarde de ayer.
- ❑ Cuando se le pregunte por alguien conocido le será difícil describir a esa persona, en cuanto a rasgos o personalidad.

El desafío del cuidador referente:

Es la propia capacidad del cuidador/a de tolerar y regular sus propios estados internos y su experiencia afectiva lo que permitirá tolerar y regular estas experiencias en su niño/a.

A. Slade, 2006.





- *“Nuestras capacidades reflexivas se ven disminuidas cuando nuestras emociones se intensifican”.*

Cuando los cuidadores referentes mentalizan...



1. Se mantienen activamente curiosos de cómo se percibe el mundo desde otra perspectiva.

2. Tienen consciencia que su habilidad para saber lo que pasa en la mente de otro es limitada.



4. Están pendientes de cómo su propia perspectiva o conducta influye en lo que hacen y en lo que los otros hacen.

Permiten equivocarse cuando tratan de comprender por qué el niño se comporta del modo en que lo hace.

La importancia de la mentalización en la parentalidad terapéutica



Los padres/madres pueden entender más fácilmente el comportamiento de su hijo.

Pueden predecir su comportamiento

Pueden anticipar cómo la propia actitud puede impactar sobre su hijo/a.

Promueven el apego seguro

Comprenden mejor las conductas de su hijo/a acogido o adoptado desde el concepto de la mentalización.

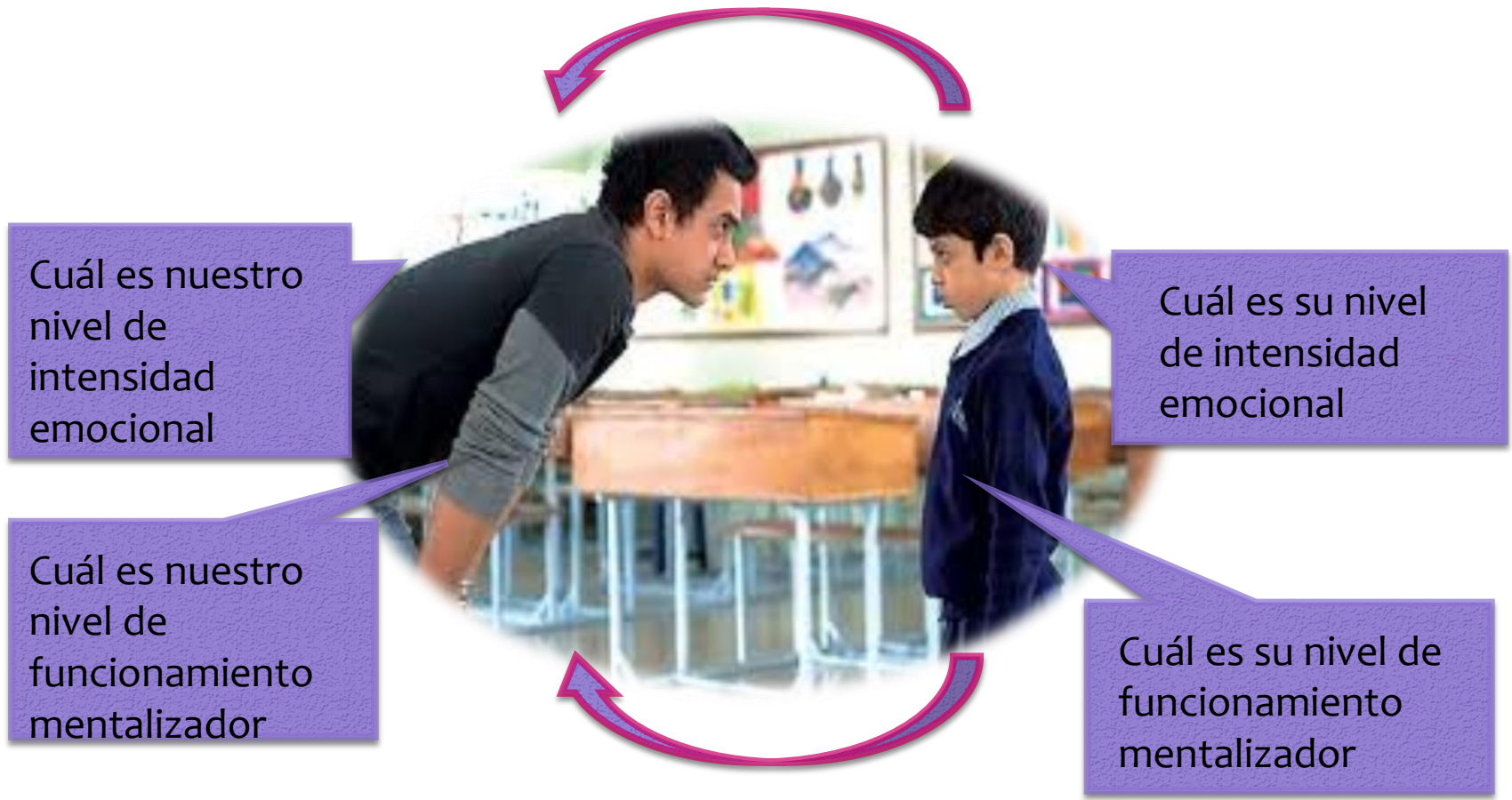
***¿Cómo podemos fomentar las
capacidades mentalizadoras
en los cuidadores?***

Como terapeutas
necesitamos mantener
un delicado balance:

Enfatizando los
puntos fuertes de
los niños y
empatizando con
sus dificultades



1. Trabajando desde una perspectiva mentalizadora



Cuidador/a

Niño/a

2. Reconocer qué implica una parentalidad mentalizadora



Lo más difícil en la parentalidad social terapéutica es contener los afectos inquietantes del niño/a, por tanto, focalizaremos en...

- 1) Comprender la causa del malestar cuando hay incidentes, la de ellos y la nuestra, así como el impacto emocional en cada uno.
- 2) Poder afrontar mejor el malestar para transformarlo en algo constructivo ; y
- 3) Poder reconocer lo que hay detrás del comportamiento del otro, mejorando nuestra capacidad de inferir las intenciones, deseos,

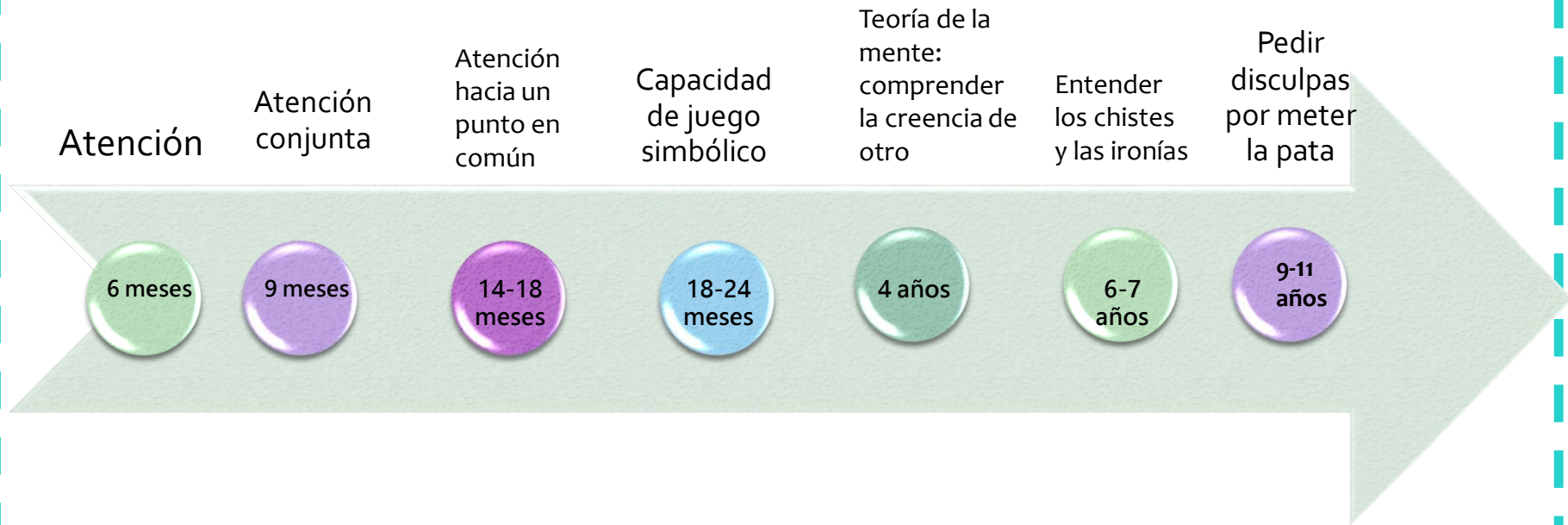
Al final... qué es lo que debemos fomentar

- *Lo fundamental, siguiendo a Fonagy (2013), no sería que los cuidadores (padres) consigan con suma precisión descodificar las conductas del niño/a, sino el proceso de orientarse a ese contenido.*



3. Ofrecer recursos psicoeducativos que promuevan la mentalización parental

Por ejemplo: recordando en qué punto está el niño/a.



Atender Imaginar Tomar otra perspectiva

Algunos otros tips de ayuda para los cuidadores...

- ✓ Mantenerse activamente curioso
- ✓ Esforzarse para “parar” y “rebobinar” malos entendidos.
- ✓ Autoobservarse en la interacciones gatilladoras.
- ✓ Reestablecer la atmósfera y cercanía emocional rápidamente.
- ✓ Poner consecuencias sin crear más distancia.
- ✓ No acomodarse a responder a la conducta del niño/a, sino explorar cómo satisfacer sus necesidades escondidas.
- ✓ Mantener en mente las “P” paciencia, perseverancia y permanencia

Para vuestra exploración personal:

- Allen, JG, Fonagy, P.(2004) Mentalizing in Practice American Psychiatric Publishing.
- Bateman, A, Fonagy, P (2006) Mentalization Based Treatment for Borderline Personality Disorder. A Practical Guide. Oxford University Press.
- Fonagy, P. Gergely., Jurist,E; Target,M (2002). Affect regulation, mentalization, and the development of the self. Other Press N.Y.
- Lanza Castelli (2013) Trabajando con pacientes en los que falla la capacidad de mentalizar. Aperturas Psicoanalíticas. Revista Internacional de Psicoanálisis N45. <http://www.aperturas.org/artículos>
- Pally, R., Popek, P (2012). Clinical perspectives on reflexive parenting: keeping the child's mind in mind (pp.31'38). Plymouth, England: Aronson, in M.H. Etezady &M.Davis(Eds)